



PENGARUH PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT NYERI PADA IBU BERSALIN

Supiani*, Nurlathifah N. Yusuf, Baiq Disnalia Siswari, Sholihatul Hidayah

Program Studi S1 Pendidikan Bidan dan Profesi Bidan, STIKES Hamzar Memben Lombok Timur, Jln TGH Zainuddin
Arsyad, Mamben Daya, Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat. 83658, Indonesia

[*supiani@stikeshamzar.ac.id](mailto:supiani@stikeshamzar.ac.id)

ABSTRAK

Melahirkan merupakan suatu kebahagiaan yang didambakan oleh semua ibu hamil, namun tidak jarang proses persalinan dipenuhi dengan rasa takut dan cemas akan rasa sakit dan nyeri pada saat proses melahirkan. Bagi ibu yang belum pernah melahirkan sebelumnya, nyeri persalinan merupakan nyeri yang paling menyiksa, apalagi bagi ibu yang baru pertama kali mengalaminya. Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin di Puskesmas Gangga. Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain penelitian pre-eksperimental dan menggunakan pendekatan One Group Pretest-Posttest Design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu persalinan kala I di Puskesmas Gangga yang akan melahirkan pada bulan Februari 2024 sesuai kantong persalinan yaitu sebanyak 32 persalinan. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik total sampling. Hasil: Dari 32 responden, sebagian besar berada pada usia tidak berisiko yaitu 27 (84,4%) responden dan 18 (56,3%) responden berada pada kategori ibu hamil tidak berisiko. Sebelum diberikan aromaterapi lavender mayoritas mempunyai tingkat nyeri berat terkontrol yaitu 25 (78,1%) responden. Sebelum diberikan aromaterapi lavender rata-rata skor nyeri responden sebesar 7,63 (nyeri berat terkontrol). Setelah diberikan aromaterapi lavender mayoritas mempunyai tingkat nyeri sedang yaitu 28 (87,5%). Setelah diberikan aromaterapi lavender rata-rata skor nyeri responden menurun menjadi 5,88 (nyeri sedang). Kesimpulan : Hasil uji analisis data bivariat dengan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai P (p-value <0,05) yang berarti terdapat pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tingkat nyeri pada ibu yang memberikan melahirkan di Puskesmas Gangga.

Kata kunci: aroma terapi; efek; ibu; lavender; nyeri; persalinan

THE EFFECT OF GIVING LAVENDER AROMA THERAPY ON PAIN LEVELS IN PARTICULAR WOMEN

ABSTRACT

Childbirth is a joy that is desired by all pregnant women, but it is not uncommon for labor to be filled with fear and anxiety about pain and tenderness during the birthing process. For mothers who have never given birth before, labor pain is the most painful pain, especially for mothers who experience it for the first time. Objective: To determine the effect of providing lavender aromatherapy on the level of pain in mothers giving birth in Gangga Community Health Center. Research Method: This research is experimental research with a pre-experimental research design and uses a One Group Pretest-Posttest Design approach. The population in this study was all mothers in the first stage of labor at the Gangga Community Health Center who will give birth in February 2024 according to the delivery bag, namely 32 deliveries. The sample in this research was taken using a total sampling technique. Results: Of the 32 respondents, the majority were of non-risk age, namely 27 (84.4%) and 18 (56.3%) respondents were in the no-risk category of pregnant women. Before being given lavender aromatherapy, the majority had a controlled level of severe pain, namely 25 (78.1%) respondents. Before being given lavender aromatherapy, the average pain score of respondents was 7.63 (severe pain was controlled). After being given lavender aromatherapy, the majority had moderate pain levels, namely 28 (87.5%). After being given lavender aromatherapy, the average pain score of respondents decreased to 5.88 (moderate pain). Conclusion: The results of the bivariate data analysis test using the Wilcoxon Signed Rank Test, the P value (p-value <0.05) was obtained, which means that there was an effect of providing lavender aroma therapy on the level of pain in mothers giving birth at the Gangga Community Health Center.

Keywords: aromatherapy; effect; labor; lavender; mother; pain

PENDAHULUAN

Persalinan adalah suatu kondisi fisiologis yang dialami oleh ibu hamil di seluruh dunia. Persalinan normal (fisiologi) adalah proses dimana keluarnya janin cukup bulan (37-42 minggu) dan plasenta melalui jalan lahir secara spontan tanpa adanya masalah atau komplikasi. Persalinan merupakan suatu kebahagiaan yang didambakan oleh seluruh ibu hamil, namun tidak jarang persalinan diliputi oleh rasa takut dan cemas terhadap rasa sakit dan nyeri selama proses persalinan (Prawirohardjo, 2019). Pada ibu yang belum pernah melahirkan sebelumnya, nyeri persalinan merupakan nyeri yang paling menyakitkan apalagi bagi ibu-ibu yang baru pertama kali merasakannya (Sulfianti, 2020). Nyeri persalinan muncul karena adanya kontraksi rahim yang menyebabkan dilatasi dan penipisan serviks dan iskemia rahim yang diakibatkan kontraksi arteri miometrium. Nyeri yang berlebihan akan menimbulkan rasa cemas yang dapat memicu produksi hormon progstatglandin yang dapat menyebabkan stress dan mempengaruhi kemampuan tubuh menahan rasa nyeri (Maryunani, 2018).

Persepsi tentang nyeri atau toleransi nyeri bervariasi tergantung individu masing-masing, dan intensitas nyeri selama persalinan mempengaruhi kondisi psikologis ibu, persalinan dan kesejahteraan janin. Nyeri persalinan dapat menimbulkan kecemasan pada ibu, menyebabkan timbulnya hiperventilasi sehingga kebutuhan oksigen meningkat, kenaikan tekanan darah dan berkurangnya motilitas usus serta vesika urinaria. Keadaan ibu akan mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stress (Deska AP, 2019). World health Organization (WHO) 2019 Nyeri selama persalinan dan melahirkan adalah peristiwa nyeri yang unik dan paling berat dalam kehidupan wanita. Lebih dari 90% ibu pernah mengalami ketegangan dan stres selama persalinan. Di Belanda dilaporkan sebanyak 54,6% wanita yang melahirkan kehilangan kontrolnya dalam mengendalikan nyeri persalinan. Sebuah studi yang dilakukan di Swedia menunjukkan bahwa 41% peserta melaporkan bahwa nyeri persalinan sebagai pengalaman terburuk yang mereka miliki (WHO, 2019).

Murray melaporkan di Indonesia kejadian nyeri persalinan pada 2.700 ibu bersalin hanya 15% persalinan yang berlangsung dengan nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat berat. Nyeri pada kala 1 disebabkan karena peregangan perineum, tarikan peritonium, kekuatan yang mendorong pengeluaran janin serta tekanan dari traktus urinarius bagian bawah dan pelvis. Rangsangan nyeri disebarkan melalui saraf parasimpatis dari jaringan perinium. Nyeri yang timbul dirasakan pada daerah dasar panggul dan selangkangan maupun paha (Dyah dkk, 2018). Nyeri persalinan mulai timbul pada kala I fase laten dan akan berlanjut semakin bertambah kuat intensitas nyeri pada kala I fase aktif. Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stress. Stress dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama (Solehati, 2018).

Permenkes No. 21 Tahun 2021 mengenai pelayanan Kesehatan masa melahirkan dalam pasal 18, salah satu aspek dasar yang diberikan kepada ibu bersalin yaitu asuhan sayang ibu dan bayi. Untuk menurunkan nyeri pada persalinan, dapat dilakukan dengan teknik farmakologi maupun nonfarmakologi (Kemenkes RI, 2021). Banyak wanita mengalami nyeri selama persalinan dan melahirkan, berbagai upaya dilakukan untuk mengurangi nyeri saat persalinan diantaranya dengan terapi komplementer khususnya aromaterapi dengan minyak esensial, mampu memberikan kenyamanan dan mencegah terjadi infeksi. Aromaterapi berupa minyak esensial lavender merupakan salah satu terapi komplementer yang mampu mengatasi nyeri dan infeksi sebagai analgetik, anti inflamasi, dan antimikroba. Aromaterapi lavender memiliki aroma yang menyegarkan yang bermanfaat meredakan stres, mengurangi sakit kepala, migrain, juga mempercepat penyembuhan luka

dan mengurangi tingkat kecemasan dan kesakitan (Tabatabaeichehr & Mortazavi, 2020).

Data yang diperoleh dari UPT BLUD Puskesmas Gangga Lombok Utara menunjukkan bahwa jumlah ibu bersalin pada bulan September sampai November 2023 di puskesmas Gangga yaitu sebanyak 71 persalinan. Jumlah kasus partus lama yang disebabkan karena nyeri persalinan di wilayah UPT BLUD Puskesmas Gangga dari bulan Januari sampai November tahun 2023 sebanyak 8 kasus (Data Puskesmas Gangga, 2023). Berdasarkan wawancara dengan 10 ibu hamil trimester II dan trimester III, 8 diantaranya mengatakan tidak mengetahui bagaimana cara pengurangan rasa nyeri saat persalinan sedangkan 2 ibu hamil mengatakan saat persalinan anak pertama mereka mengurangi rasa nyeri saat persalinan dengan cara punggung dielus-elus oleh suaminya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 ibu bersalin di UPT BLUD Puskesmas Gangga, 7 diantaranya merasakan nyeri sedang dan 3 orang merasakan nyeri berat. Penanganan nyeri yang dilakukan selama proses persalinan biasanya menggunakan teknik relaksasi sesuai asuhan persalinan normal dan belum pernah ada yang menggunakan aromaterapi lavender untuk mengatasi rasa nyeri. Pemberian aroma terapi lavender merupakan salah satu metode yang diberikan kepada ibu bersalin sebagai upaya untuk mengurangi rasa nyeri pada saat proses persalinan, sehingga pada saat persalinan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap Tingkat nyeri pada ibu bersalin di Puskesmas Gangga.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Eksperiment dengan desain penelitian Pre-eksperimental dan menggunakan pendekatan One Group Pre Test-Post Test Design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I di Puskesmas Gangga yang akan melahirkan pada bulan Februari 2024 sesuai kantong persalinan yaitu sebanyak 32 persalinan. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik total sampling. Total sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I di Puskesmas Gangga yang melahirkan pada bulan Februari-Maret 2024 sesuai kantong persalinan yaitu sebanyak 32 persalinan. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini alat difuser aromaterapi (alat uap) lavender, lembar observasi yang berisi nama (inisial), usia, tanggal masuk dan jam masuk puskesmas, paritas, dan usia kehamilan. Data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah data lembar observasi skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	f	%
Berisiko (<20 atau >35 tahun)	5	15,6
Tidak berisiko (20-35 tahun)	27	84,4
Jumlah	32	100
Paritas		
Berisiko (1 atau >3)	14	43,75
Tidak Berisiko (2-3)	18	56,25

Tabel 1. dapat dilihat bahwa dari 32 responden sebagian besar memiliki usia tidak berisiko yaitu 27 (84,4%) responden dan 5 (15,6%) responden pada kategori usia berisiko. Sedangkan karakteristik responden menurut paritas hampir sama antara responden dengan kategori berisiko dan tidak berisiko yaitu 14 (43,8%) responden pada kategori berisiko dan 18 (56,3%) responden pada kategori ibu hamil tidak berisiko.

Tabel 2.

Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Sebelum Mendapatkan Aroma Terapi Lavender di Puskesmas Gangga

Tingkat Nyeri Ibu Bersalin	Pretest	
	f	%
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	0	0
Nyeri Sedang	7	21,9
Nyeri Berat Terkontrol	25	78,1

Tabel 2 di atas dapat dilihat bahwa dari 32 responden yang menjadi subyek penelitian di Puskesmas Gangga sebelum diberikan aroma terapi lavender sebagian besar memiliki tingkat nyeri berat terkontrol yaitu sebanyak 25 (78,1%) responden dan 7 (21,9%) responden pada kategori nyeri sedang. Sebelum diberikan aroma terapi lavender rata-rata skor nyeri responden adalah 7,63 (nyeri berat terkontrol).

Tabel 3.
Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Sesudah Mendapatkan Aroma Terapi Lavender Di Puskesmas Gangga

Tingkat Nyeri Ibu Bersalin	Posttest	
	f	%
Tidak Nyeri	0	0
Nyeri Ringan	2	6,25
Nyeri Sedang	28	87,5
Nyeri Berat Terkontrol	2	6,25

Tabel 3 di atas dapat dilihat bahwa dari 32 responden yang menjadi subyek penelitian di Puskesmas Gangga sesudah diberikan aroma terapi lavender sebagian besar memiliki tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 28 (87,5%) responden, 2 (6,25%) responden dengan kategori nyeri ringan dan 2 (6,25%) nyeri berat terkontrol. Sesudah diberikan aroma terapi lavender rata-rata skor nyeri responden menurun menjadi 5,88 (nyeri sedang).

Tabel 4.
Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin di Puskesmas Gangga

Pemberian Aroma Terapi	Tingkat Nyeri Ibu Bersalin									
	Tidak Nyeri		Nyeri Ringan		Nyeri Sedang		Nyeri Berat Terkontrol		Jumlah responden	P Value
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	
Pretest	0	0	0	0	7	21,9	25	78,1	32	0,000
Posttest	0	0	2	6,25	28	87,5	2	6,25	32	

Tabel 4 di atas dapat dilihat bahwa dari hasil uji analisis data bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan nilai P (*p-value* <0,05) yang berarti bahwa ada pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin di Puskesmas Gangga.

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Paritas

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 32 responden sebagian besar memiliki usia tidak berisiko yaitu 27 (84,4%) responden dan 5 (15,6%) responden pada kategori usia berisiko. Sedangkan karakteristik responden menurut paritas hampir sama antara responden dengan kategori berisiko dan tidak berisiko yaitu 14 (43,8%) responden pada kategori berisiko dan 18 (56,3%) responden pada kategori ibu hamil tidak berisiko. Usia 20-35 tahun merupakan usia reproduksi dan dianggap paling siap dan matang untuk memiliki hamil dan bersalin. Umur terlalu muda untuk hamil akan memicu resiko tinggi bagi ibu dan anak ditinjau dari fisik dan psikis selama masa kehamilan, persalinan, nifas dan perawatan bayi. Resiko tinggi juga dimiliki ibu hamil berusia terlalu tua yang ditandai dengan menurunnya fungsi reproduksi (Manuaba, 2019). Hasil Penelitian ini sejalan dengan Penelitian yang di

lakukan oleh Maryunani (2018), yang menunjukkan bahwa karakteristik usia ibu bersalin yang menjadi responden didominasi oleh usia muda atau usia yang tidak berada pada zona berisiko, usia 20-35 tahun merupakan usia yang sehat untuk hamil dan melahirkan. Umur sangat menentukan suatu kesehatan ibu, ibu dikatakan berisiko tinggi apabila ibu hamil berusia dibawah 20 tahun dan di atas 35 tahun (Afritayeni, 2017).

Paritas adalah jumlah kehamilan yang pernah dialami ibu yang menghasilkan janin viable (dapat hidup) dan bukan ditentukan oleh jumlah janin yang dikeluarkan (Prawirohardjo, 2019). Paritas 2-3 merupakan paritas paling aman ditinjau dari kesehatan reproduksi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maryunani (2018) yang menunjukkan bahwa karakteristik paritas ibu bersalin yang menjadi responden didominasi oleh multipara atau paritas tidak berisiko, paritas 2-3 merupakan paritas yang sehat untuk hamil dan melahirkan. Paritas sangat menentukan suatu kesehatan ibu, ibu dikatakan berisiko tinggi apabila ibu hamil dengan paritas primipara dan grandemultipara. Berdasarkan uraian di atas Peneliti berasumsi bahwa dalam penelitian ini ibu yang bersalin di puskesmas Gangga adalah ibu dengan usia tidak berisiko. Hal ini dikarenakan responden sering mengikuti kelas hamil yang dilakukan di Puskesmas gangga terkait dengan kehamilan dan kelahiran yang aman pada usia 20-35 tahun. Sehingga pada usia tersebut sistem reproduksi ibu hamil dan bersalin secara biologis sudah siap dan matang untuk hamil dan melahirkan.

Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Sebelum diberikan Aroma Terapi Lavender Di Puskesmas Gangga

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 32 responden yang menjadi subyek penelitian di Puskesmas Gangga sebelum diberikan aroma terapi lavender sebagian besar memiliki tingkat nyeri berat terkontrol yaitu sebanyak 25 (78,1%) responden dan 7 (21,9%) responden pada kategori nyeri sedang. Sebelum diberikan aroma terapi lavender rata-rata skor nyeri responden adalah 7,63 (nyeri berat terkontrol). Angka nyeri persalinan yang telah dilaporkan bahwa rata-rata di Indonesia sebanyak 85-90% wanita hamil yang akan menghadapi persalinan mengalami nyeri persalinan yang hebat dan 7-15% tidak disertai rasa nyeri (Rosyidah, 2017). Pada saat persalinan, jika seseorang merasa nyeri dan cemas maka otak akan mengalirkan zat yang menutup pengeluaran endorphen sehingga semakin luar biasa sakit yang dirasakan dan menyebabkan ibu menjadi stress dalam menghadapi persalinannya yang membuat impuls nyeri bertambah banyak dan lemahnya kontraksi otot rahim (Prawirohardjo, 2019). Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haslin (2018) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan primigravida kala I fase aktif di Klinik Pratama Tanjung Kec. Deli Tua tahun 2018 dengan p value $(0,000) < \alpha (0,05)$. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Silangit (2021) yang menunjukkan bahwa dari 18 responden, mayoritas sebelum diberikan aromaterapi lavender responden masuk dalam kategori skala nyeri hebat yaitu sebanyak 10 ibu (55,6%) dan minoritas skala nyeri sedang sebanyak 8 orang ibu (44,4%). Setelah diberikan aromaterapi mayoritas responden pada kategori skala nyeri sedang sebanyak 13 ibu (72,2%), dan minoritas skala nyeri ringan sebanyak 5 orang ibu (27,8%) dengan nilai α (p-value 0,001) dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh aroma terapi lavender terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin.

Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Sesudah diberikan Aroma Terapi Lavender

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 32 responden yang menjadi subyek penelitian di Puskesmas Gangga sesudah diberikan aroma terapi lavender sebagian besar memiliki tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 28 (87,5%) responden, 2 (6,25%) responden dengan kategori nyeri ringan dan 2 (6,25%) nyeri berat terkontrol. Sesudah diberikan aroma terapi lavender rata-rata skor nyeri responden menurun menjadi 5,88 (nyeri sedang). Penelitian terkini menyebutkan bahwa terapi komplementer khususnya aromaterapi dengan minyak esensial mampu memberikan kenyamanan dan mencegah terjadi infeksi. Aromaterapi berupa minyak esensial lavender merupakan salah satu terapi

komplementer yang mampu mengatasi nyeri dan infeksi karena sebagai analgetik, anti inflamasi, dan antimikroba. Aromaterapi lavender memiliki aroma yang menyegarkan yang bermanfaat meredakan stres, mengurangi sakit kepala, migrain, juga mempercepat penyembuhan luka dan mengurangi tingkat kecemasan dan kesakitan (Tabatabaeichehr & Mortazavi, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Haslin (2018) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan primigravida kala I fase aktif di Klinik Pratama Tanjung Kec. Deli Tua tahun 2018 dengan p value $(0,000) < \alpha (0,05)$. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Silangit (2021) yang menunjukkan bahwa dari 18 responden, mayoritas sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah mayoritas skala nyeri hebat yaitu sebanyak 10 ibu (55,6%) dan minoritas skala nyeri sedang sebanyak 8 orang ibu (44,4%). Setelah diberikan aromaterapi adalah mayoritas skala nyeri sedang sebanyak 13 orang ibu (72,2%), dan minoritas skala nyeri ringan sebanyak 5 orang ibu (27,8%), dengan p -value 0,01 dapat disimpulkan adanya pengaruh aroma terapi lavender terhadap pengurangan rasa nyeri.

Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri pada Ibu Bersalin

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat dilihat bahwa dari hasil uji analisis data bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan nilai P (p -value $< 0,05$) yang berarti bahwa ada pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin di Puskesmas Gangga. Penelitian terkini menyebutkan bahwa terapi komplementer khususnya aromaterapi dengan minyak esensial, mampu memberikan kenyamanan dan mencegah terjadi infeksi. Aromaterapi berupa minyak esensial lavender merupakan salah satu terapi komplementer yang mampu mengatasi nyeri dan infeksi sebagai analgetik, anti inflamasi, dan antimikroba. Aromaterapi lavender memiliki aroma yang menyegarkan yang bermanfaat meredakan stres, mengurangi sakit kepala, migrain, juga mempercepat penyembuhan luka dan mengurangi tingkat kecemasan dan kesakitan (Tabatabaeichehr & Mortazavi, 2020).

Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding dengan metode nonfarmakologi, namun metode farmakologi lebih mahal, dan berpotensi mempunyai efek yang kurang baik. Sedangkan metode nonfarmakologi bersifat murah, simpel, efektif, dan tanpa efek yang merugikan. Metode nonfarmakologi juga dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena pasien dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya. Beberapa teknik nonfarmakologi yang dapat meningkatkan kenyamanan pasien saat bersalin dan mempunyai pengaruh yang efektif terhadap pengalaman persalinan yaitu, relaksasi, teknik pernapasan, pergerakan dan perubahan posisi, massage, hidroterapi, terapi panas/dingin, Auditori (murottal), akupresur, dan aromaterapi (Amelia, 2020). Kandungan lavender oil yang terdiri dari 4 linalool, linaloolacetate, mampu meredakan rasa nyeri. Aromaterapi juga dapat membantu mengurangi kecemasan dengan menurunkan kortisol dan meningkatkan kadar serotonin. Aromaterapi menggunakan berbagai sari herbal untuk meringankan nyeri persalinan (Aritonang, dkk 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Carolin dkk (2022) yang menunjukkan bahwa rata-rata nyeri persalinan sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 5,80 dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 4,80. Nilai $p = 0,030$, berarti ada perbedaan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sari dan Sanjaya (2020) juga menunjukkan bahwa didapatkan nilai p value 0,000, maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pemberian aroma terapi terhadap nyeri pada ibu bersalin. Dalam penelitian Nesi Novita dkk (2021) yang berjudul Penurunan Nyeri Persalinan Kala I dengan Aroma Terapi Lavender menunjukkan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan kala I di BPM Kota Palembang Tahun 2018. Peneliti berasumsi bahwa aroma terapi lavender dapat mengurangi

nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif pada ibu bersalin. Hal ini dikarenakan aroma oil lavender mampu memberikan kenyamanan dan meringankan nyeri persalinan.

SIMPULAN

Dari 32 responden sebagian besar memiliki usia tidak berisiko yaitu 27 (84,4%) responden dan 5 (15,6%) responden pada kategori usia berisiko. Sedangkan karakteristik responden menurut paritas hampir sama antara responden dengan kategori berisiko dan tidak berisiko yaitu 14 (43,8%) responden pada kategori berisiko dan 18 (56,3%) responden pada kategori ibu hamil tidak berisiko. Sebelum diberikan aroma terapi lavender sebagian besar memiliki tingkat nyeri berat terkontrol yaitu sebanyak 25 (78,1%) responden dan 7 (21,9%) responden pada kategori nyeri sedang. Sebelum diberikan aroma terapi lavender rata-rata skor nyeri responden adalah 7,63 (nyeri berat terkontrol). Sesudah diberikan aroma terapi lavender sebagian besar memiliki tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 28 (87,5%) responden, 2 (6,25%) responden dengan kategori nyeri ringan dan 2 (6,25%) nyeri berat terkontrol. Sesudah diberikan aroma terapi lavender rata-rata skor nyeri responden menurun menjadi 5,88 (nyeri sedang). Dari hasil uji analisis data bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan nilai P (p-value <0,05) yang berarti bahwa ada pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin di Puskesmas Gangga.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusrianto, dkk. 2021. Efektifitas Terapi Relaksasi Autogenik Dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Di Ruang Icu RSUD Poso. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)* Vol. 7 No. 3, September 2021
- Amelia, P. K., Azizah, N., Jurnal Kebidanan, M., Rosyidah, R., & Machfudloh, H. (2020). Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lavender (*Lavendula Augustfolia*) dan Neroli (*Citrus Aurantium*) terhadap Penurunan Nyeri Proses Persalinan The Effectiveness of Lavender (*Lavendula Augustfolia*) and Neroli (*Citrus Aurantium*) Aromatherapy Inhalation to Decrease Pain Labor.
- Aritonang, dkk. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lavender dan Mawar terhadap Pengelolaan Nyeri pada Proses Persalinan. *Jurnal Ilmiah Obsgin- Vol.15 No.4* (2023).
- Carolyn, dkk. (2022). Aromaterapi Lavender untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. Volume 13 Nomor Khusus, Februari 2022.
- Dyah dkk. (2018). Nyeri Persalinan. Mojokerto: STIKes Majapahit
- Haslin, S. (2019). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif di Klinik Pratama Tanjung Kec.Deli Tua Tahun 2018.
- Hukuba & Tridiyawati, 2022. Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)* Edisi Khusus, Vol 8, No. 3, Tahun 2022
- Jaelani. (2019). Aroma Terapi. Jakarta: Pustaka Populer.
- Judha, M, dkk. (2020). Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kemenkes RI. (2021). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2021 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, Dan Masa Sesudah Melahirkan, Pelayanan Kontrasepsi, Dan Pelayanan Kesehatan Seksual.

- Kemenkes RI. 2023. Profil Kesehatan Indonesia, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Lestari dkk, (2023). Efektifitas Birthing Ball Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSUD Abadi Samboja Tahun 2023. *Jurnal SAINTEKES – Volume 2 Nomor 4* (2023) 613 – 622
- Manuaba, I.B.S. (2019). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan. 2 ed. Jakarta: EGC.
- Maryunani A. (2018). Nyeri dalam Persalinan Teknik dan Cara Penanganannya. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Novita, Nesi dkk. (2021). Penurunan Nyeri Persalinan Kala I dengan Aromaterapi Lavender. *Journal Complementary of Health (JCOHEALTH)* Vol 1 No. 2 (2021).
- Prawirohardjo, Sarwono. (2019). Ilmu Kebidanan, Yayasan Bina Pustaka, Jakarta.
- Rosyidah, R., E. Rinata, N. Masrukah. (2017). Pengaruh pemberian birth massage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif. *Jurnal Sain Med.* 9(1): 2085-3602
- Safriadi, dkk.2020. Metode Penelitian: Pendekatan multi disipliner. Tasikmalaya: Ideas Publising.
- Sari & Sanjaya. 2020. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap nyeri persalinan. *Majalah Kesehatan Indonesia*. Volume 1, Issue 2, October 2020, p. 45 –28
- Silangit, Agussana Dewi. (2021). Pengaruh Teknik Aroma Terapi Lavender Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Bidang Praktek Mandiri Perawati Tahun 2020. *Public Health Journal*, Vol 7 No. 2, April 2021
- Solehati, T. (2018). Terapi Nonfarmakologi Nyeri Pada Persalinan: Systematic Review. Diakses 20 November dari Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta.
- Sugiyono (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabet.
- Sulfianti S. (2020). Asuhan Kebidanan Pada Persalinan. In Yayasan Kita Menulis
- Tabatabaeichehr Mahbubeg & Hamed Mortazavi, 2020. The Effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain and anxiety: A Systematic Review. *Ethiop J Health Sci.* 30 (3): 449-458.
- Vitani, R. A. I. (2019). Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 1–7.